

Утверждаю

заведующий

МБДОУ г.Керчи РК "Детский сад комбинированного вида №55 "Хрусталик"
 _____ /Золотарева Н.Е./

МЕНЮ

25 апреля 2024 г.

Сад 10,5 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	69	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ гречневый	180	4,91	4,95	14,24	121,86	0,64
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	3,08	4,38	20,11	132,13	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	13,49	85,55	0,47
Итого			405	10,82	11,51	47,84	339,54	1,11
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Итого			100	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00
Обед								
2012		РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	25	4,16	4,02	0,20	53,60	0,18
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	6,99	11,17	12,91	180,86	11,82
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	12,39	16,12	3,97	210,18	0,45
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,92	4,97	19,94	136,39	9,70
2012	378	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	180	0,16	0,09	15,01	62,34	1,31
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,60	19,80	99,00	0,00
Итого			645	29,92	36,97	71,83	742,37	23,46
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	19,40	14,44	15,59	273,39	0,20
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	1,94	4,05	37,67	0,16
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		БАНАН	70	1,07	0,36	14,93	68,26	7,11
Итого			445	28,02	21,23	52,99	520,96	8,41
Всего				69,26	69,81	182,76	1 645,87	34,98